The Commonwealth of Massachusetts
Executive Office of Health and Human Services
Department of Public Health
250 Washington Street, Boston, MA 02108-4619

DEVAL L. PATRICK
GOVERNOR

TIMOTHY P. MURRAY
LIEUTENANT GOVERNOR

JUDYANN BIGBY, MD
SECRETARY

JOHN AUERBACH
COMMISSIONER

PARA DIVULGAÇÃO IMEDIATA:
30 de dezembro, 2008

MAIS INFORMAÇÕES:
Jordan Coriza (617) 624-6063

AUTORIDADES ESTADUAIS DIVULGAM RELATÓRIO ABRANGENTE SOBRE ÍNDICE DE QUEDAS ENTRE IDOSOS

Tombos são a principal causa de ferimentos fatais na terceira idade.

BOSTON – O Departamento de Saúde Pública (DPH) divulgou recentemente o relatório mais abrangente até hoje sobre quedas entre idosos no estado. O relatório, denominado ***Unintentional Fall-Related Injuries among Massachusetts Older Adults*** [Ferimentos Relacionados a Quedas Não Intencionais entre Idosos de Massachusetts], inclui dados sobre como os tombos e ferimentos relacionados afetam de forma desproporcional aos idosos, sobre o impacto de tais ferimentos nos custos de atendimento de saúde do estado, e uma série de recomendações sobre como reduzir a freqüência de tais incidentes entre os idosos.

O relatório mostrou que apenas em 2006, 340 residentes de Massachusetts com idade de 65 anos e acima morreram devido a quedas. Durante o mesmo período, houve mais de 20.000 internações hospitalares e quase 37.000 altas no pronto-socorro associadas a ferimentos não fatais causados por quedas na mesma faixa etária. Os custos das quedas e ferimentos relacionados a tombos também foram altos: contas hospitalares relacionadas a atendimentos associados a tombos totalizaram quase US $500 milhões no ano fiscal de 2006.

"Sabemos que as quedas podem em grande parte ser evitadas," disse o Diretor do DPH, John Auerbach. "Todos nós devemos participar na redução dos ferimentos relacionados às quedas entre os idosos – de membros familiares e parceiros a provedores de serviços de saúde, profissionais de saúde pública e legisladores."

O DPH está trabalhando em todo o estado com várias organizações em uma série de iniciativas para reduzir as quedas entre idosos. Tais iniciativas incluem a *Massachusetts Falls Coalition* [Coalizão Contra Quedas de Massachusetts], uma pareceria com mais de 55 organizações estaduais, locais e comunitárias focada em reduzir o número de quedas em casa, comunidade e locais de atendimento de saúde; e a parceria entre o DPH e o *Executive Office of Elder Affairs* [Órgão Executivo de Assuntos Relacionados a Idosos] para implementar programas que ajudem os idosos a prevenirem quedas e melhor administrarem sua saúde.

- mais-

AUTORIDADES ESTADUAIS DIVULGAM RELATÓRIO ABRANGENTE SOBRE ÍNDICE DE QUEDAS ENTRE IDOSOS , (cont. pág. 2/2)

"Nossos centros para idosos e comissões sobre envelhecimento oferecem regularmente aulas semanais para ajudar os idosos a identificarem e corrigirem riscos em casa, melhorarem seu equilíbrio e fortalecerem seus músculos," disse o Secretário do *Executive Office of Elder Affairs* Mike Festa. "Ao trabalharmos com o DPH e a *Falls Coalition*, estamos determinados a reverter o aumento do índice de quedas entre idosos residentes em Massachusetts."

O relatório inclui uma grande variedade de maneiras cientificam ente comprovadas para prevenir quedas entre idosos, inclusive:

- Manterem-se ativos e exercitarem-se regularmente para melhorar equilíbrio;
- Analisarem e administrarem os medicamentos que afetam seu equilíbrio, visão e cognição junto com um provedor de serviço de saúde, tal como médico, enfermeira ou farmacêutico;
- Fazerem exames de vista regulares e testes de densidade óssea;
- Fazerem refeições regulares, inclusive alimentos ricos em cálcio e vitamina D para prevenir osteoporose;
- E tornarem seus lares seguros instalando corrimões e barras onde necessário, e evitando a desordem e tapetes espalhados.

Para mais informações sobre como prevenir quedas ou solicitar uma cópia do relatório, favor visitar www.mass.gov/dph/injury e clicar em “Falls”, ou ligar para 1-800-227-SAFE (7233). Os profissionais de saúde interessados em obter mais informações sobre programas de prevenções de quedas podem enviar email para Alice Bonner, Diretora Executiva da *Massachusetts Senior Care Foundation*, no endereço abonner@massseniorcare.org.

-DPH-